

Nadváha a obezita vyjadrená pomerom obvodu pásu k obvodu bokov alebo výške zvyšuje riziko prítomnosti metabolického syndrómu a tým kardiovaskulárnych (a iných) ochorení.

Nadváha a obezita sú parametre prvej voľby pri odporúčaní na redukciiu prítomnosti jednotlivých faktorov metabolického syndrómu, ako aj vôbec na zlepšenie kardiovaskulárneho a tým celkového

zdravia. Dôležitá je nielen úprava stravy, ale aj cvičenie. Poradne zdravia zohrávajú dôležitú úlohu v primárnej a sekundárnej prevencii a môžu byť nástrojom na sledovanie a zlepšovania zdravia populácie.

Kľúčové slová: RÚVZ, poradne zdravia, poradentstvo, nadváha a obezita, kardiovaskulárne riziko

FIT SENIOR V BANSKEJ BYSTRICI – PRVÉ SKÚSENOSTI

MUDr. Zora Klócová Adamčáková, PhD.¹, PhDr. Denisa Ivaničová²

¹ Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Banskej Bystrici

² Fakulta zdravotníctva SZU so sídlom v Banskej Bystrici

Cieľ: Podpora aktívneho starnutia a zdravia seniorov mesta Banská Bystrica prostredníctvom vytvorenia dlhodobej spolupráce Regionálneho úradu verejného zdravotníctva so sídlom v Banskej Bystrici s Mestom Banská Bystrica a následné rozšírenie spolupráce s Fakultou Zdravotníctva SZU so sídlom v Banskej Bystrici a Ústavom experimentálnej endokrinológie Biomedicínskeho centra SAV v Bratislave. **Materiál a metódy:** Projekt iniciovaný RÚVZ Banská Bystrica vznikol v súvislosti s plnením úloh Programov a projektov Úradov verejného zdravotníctva v Slovenskej republike – úloha 9.5. Národné a regionálne aktivity v oblasti plnenia úloh Národného programu aktívneho starnutia na roky 2014 – 2020. Cieľovou skupinou boli seniori (vek 60 a viac rokov) mesta Banská Bystrica. Pilotná fáza prebiehala od septembra 2018 do júna 2019 a to prostredníctvom 3-mesačnej intervencie realizovanej v dvoch rovinách – teoretickej (súbor zdravotno-výchovných prednášok) a praktickej (skupinové cvičenie). Na porovnanie efektu intervencie bola použitá štandardná metodika Poradni zdravia pri RÚVZ v SR. Medzi hodnotené parametre patrili antropometria a biochemické vyšetrenie kapilárnej krvi (lipidový profil).

Výsledky: V pilotnej fáze sa intervencie zúčastnilo 40 seniorov žijúcich v meste Banská Bystrica. Jednalo sa o skupinu žien vo veku 62 – 85 rokov. Porovnaním výsledkov pred a po intervencii sme zistili pokles obvodu pásu u takmer polovice

respondentov, ako aj percentuálny pokles telesného tuku. Len minimálne zmeny sme zaznamenali v lipidovom profile. Odprednášaných bolo 12 tém z oblastí týkajúcich sa zdravotného životného štýlu seniorov a celkom sa zrealizovalo 48 hodín praktických cvičení. Ďalšia etapa realizovaná od septembra 2019 už aj v spolupráci s Katedrou fyzioterapie FZ SZU v Banskej Bystrici bola predčasne ukončená v dôsledku nepriaznivej epidemiologickej situácie s ochorením COVID-19.

Záver: Translácia výsledkov vedeckého poznania do preventívnych aktivít podpory zdravia sa realizuje aj prostredníctvom Poradni zdravia RÚVZ v SR. Zdravotné benefity pohybovej aktivity u seniorov sú jednoznačne vedecky dokázané. Okrem očakávaného zlepšenia dôležitých ukazovateľov v našej pilotnej skupine za osobitný benefit považujeme príspevok obdobných aktivít k eliminácii sociálnej izolácie, ktorá má negatívny vplyv na mortalitu a morbiditu starších ľudí. Výzvou ostáva udržateľnosť a kontinuita realizácie projektov podpory zdravia seniorov v budúcnosti.

Kľúčové slová: aktívne starnutie, seniori, regionálny úrad verejného zdravotníctva, projekty podpory zdravia

KOMPARATÍVNA ANALÝZA NADHMOTNOSTI A OBEZITY VYBRANÝCH SKUPÍN ŠTUDENTOV UNIVERZITY

Doc. MVDr. Tatiana Kimáková, PhD.

Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Lekárska fakulta, Ústav verejného zdravotníctva a hygieny

Ciele: Obezita je komplexné ochorenie súvisiace so životným štýlom, množstvom pohybovej aktivity, spôsobom stravovania, celkovým postojom k zdraviu a inými rizikovými faktormi. Postihuje ľudí všetkých vekových skupín. Cieľom príspevku je porovnať prevalenciu obezity v dvoch skupinách študentov Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach – u študentov Právnickej fakulty a u študentov Lekárskej fakulty. Ďalším cieľom je porovnať skupinu žien a skupinu mužov. Cieľom je porovnať získané výsledky s ďalšími dostupnými štúdiami a navrhnúť odporúčania v oblasti prevencie obezity.

Materiál a metódy: Výskumnú vzorku tvorí 287 vysokoškolských študentov z lekárskejších a nelekárskych odborov vo veku 20 – 28 rokov. V našom výskume sme použili dotazníkovú metódu.

Výsledky: Muži mali vyšší priemerný index telesnej hmotnosti ako ženy. Zistili sme štatistický významný rozdiel medzi skupinou mužov a žien z hľadiska indexu telesnej hmotnosti. Štatistické rozdiely medzi skupinou študentov Právnickej fakulty a skupinou študentov Lekárskej fakulty neboli zistené.

Záver: Obezita je rizikovým faktorom kardiovaskulárnych ochorení, nádorových ochorení, diabetes mellitus a iných ochorení. Výskum zloženia stravy, fyzickej aktivity a črevnej mikroflóry hrá dôležitú úlohu pri budúcej prevencii a liečbe nadváhy a obezity.

Kľúčové slová: obezita, študenti univerzity, životný štýl, pohybová aktivita, celkový postoj k zdraviu, rizikové faktory

THE ROLE OF PHYSICAL THERAPY IN SOLVING PROBLEMS OF OBESITY AS A CHALLENGE FOR THE PUBLIC HEALTH SYSTEM OF UKRAINE

Assoc. Prof. Ivan Myronyuk, MD.PhD., Mgr. Mariana Dub

Health and Physical Education Faculty of Uzhgorod National University (Ukraine)

Nowadays, obesity has now become an epidemic and is one of the most serious public health problems. The wide spread, close connection with lifestyle and heavy mortality due to the obesity consequences implies the need of improvements not only in the medical sphere and application of physical therapy as well aiming not only to reduce the body weight, and to prevent diseases development, which are associated with obesity. Physical therapy is one of the strategies for health protection, which is recognized by WHO as a "key" in achieving health in the XXI century. Today there is a need to create and develop new rehabilitation approaches in Ukraine in order to the fight against

obesity and its consequences using modern and innovative methods and tools. Rehabilitation of overweight and obese patients, inherited from the Soviet times, was adapted mainly only for sanatorium-and-spa treatment.

Physical therapy should become the basis of state policy, which will be aimed at optimal and timely recovery of life activity of obese people with their full resocialization. The quality of physical therapy for obesity depends on the peculiarities of the rehabilitation care arrangement. In control for obesity, it is important to introduce a multidisciplinary rehabilitation approach to form rehabilitation objectives, develop individual programs, required number of

interventions and evaluate their effectiveness. The effectiveness of physical therapy in solving the obesity problems in the system of health preservation in modern life depends not only on the quality of services provided, but also on the personal qualities of the patient, compliance with those measures that are not personally controlled by a healthcare specialist in the framework of treatment or rehabilitation in a specialized institution, in particular, from the level persistence (consent) for treatment or rehabilitation (rehabilitation compliance). The optimal strategy in obesity problem solution in

the system of health protection and promotion in the field of public health, based on the doctrine of "risk factors", aimed at preventing the occurrence of obesity by creating needs for a healthy lifestyle and increasing the level of physical activity. Solving problems related to obesity by means of physical therapy should become one of the strategic directions in scientific research in the health care system in Ukraine.

Key words: obesity, physical therapy, health care system in Ukraine

12:15 – 14:30

BLOK VŠZASP SV. ALŽBETY

OBEZITA Z POHLĀDU BIBLIE

Prof. ThDr. Peter Vansáč, PhD.

VŠZaSP sv. Alžbety Bratislava, pracovisko Michalovce – pedagóg, vedúci pracoviska

Cieľom nášho príspevku je poukázať na obezitu z pohľadu Biblie. Biblia používa na vyjadrenie obezity termíny tučný a tuk v rôznych súvislostiach. V súvislosti s opisom osoby s nadváhou budeme analyzovať latinské termíny corpulentus a obesus. Ábel ako obeť priniesol najtučnejšieho baránka z prvorođených oviec svojho stáda (Gn 4, 4). Za čias Jozefa Egyptského faraón mal sen, v ktorom sa mu snívalo, že stal pri Níle a videl vystúpiť z Nílu sedem kráv pekných a tučných a sedem kráv škaredých a chudých. Chudé kravy zožrali tučné, ale nič na nich nebolo vidno, že ich zožrali, lebo vyzerali tak škaredo ako predtým. Druhý faraónov sen bol podobný, keď sa mu snívalo, že na poli vyrástlo sedem pekných plných klasov a aj sedem chudých spálených klasov. Chudé zhltili sedem plných klasov, ale ostali i tak prázdne. (por. Gn 41, 1-36) Egypťania pripisovali snom dôležitosť predpovede budúcnosti. V tomto duchu aj Jozef egyptský vyložil tieto sny. V tomto prípade tučnota znamená hojnosť respektíve bohatstvo, ale aj výzvu, ako nakladať s touto

hojnosťou. Podľa knihy Levitikus, tuk aj s vnútornosťami a krvou patrí Bohu – Jahvemu. To je trvalý zákon pre všetkých židovských potomkov na všetkých miestach, kde budú bývať. Preto nesmú jesť ani tuk, ani krv. (Lv 3, 1-17). V súvislosti so zákazom jesť tuk v 1. knihe Samuelovej čítame o tom ako Heliho synovia nedodrжали tento príkaz a kradli obeť, ktoré Izraeliti prinášali Bohu. Preto bol hriech mládencov veľký pred Pánom. Hriech bol v tom, že nasilu brali surové mäso ľuďom, tuk na ňom zostával a jedli ho aj s tukom, pohoršovali ľud tak, že ľudia opovrhovali Pánovu obeť (1Sam 2, 12 – 17). Kniha Sudcov píše o moabskom kráľovi Eglonovi, ktorý bol veľmi tučný muž. Podmanil si Izraelitov, ktorí mu slúžili 18 rokov. V tomto prípade sa tučnota spája s povahou človeka, nakoľko Eglon bol samolúby a krutý muž. (Porov. Sudc. 3, 12 – 23). Kráľovi Eglonovi je podobný aj boháč z podobenstva o boháčovi a Lazárovi (Lk 16, 19 – 30). Obezita je tu spájaná s roztopašnosťou, samolúbosťou a sociálnou nespravodlivosťou. V knihe Nehemiášovej zase čítame, ako Nehemiáš

a Ezdráš po Babylonskom zajatí na sviatok Stankov čítajú ľuďom z Mojžišovho zákona a okolo poludnia ich vyzývajú, aby šli a zajedli si niečo masťného a vyplili si niečo sladkého na oslavu Boha, lebo to bola Božia zásluha. (Neh 8, 8 – 12). Podobne „vykrmené teľa“ (Lk 15, 26) v podobenstve a mánotratnom synovi, ktoré otec necháva zabiť, aby urobil hostinu pre strateného syna, znamená oslavu nad

návratom toho, ktorý „bol stratený a našiel sa“ (Lk 15, 24). K obezite (tučnote) sa Biblia vyjadruje vždy v kontexte s človekom ako prinášajúcim obeť Bohu (napr. Ábel), znamenie predpovede do budúcnosti, obradného príkazu, ktorý je spojený so zákazom jesť tuk a krv zo zvierat, synonymom pýchy a roztopašnosti a prostriedkom na oslavu Boha.

Kľúčové slová: Biblia, obezita

SOCIÁLNE A DUCHOVNÉ ASPEKTY ZDRAVOTNEJ STAROSTLIVOSTI O MALOLETÝCH NA ODDELENIACH INTENZÍVNEJ MEDICÍNY

Doc. PhDr. Andrea Gallová, PhD.

VŠZaSP sv. Alžbety Bratislava, pracovisko Rimavská Sobota – pedagóg, vedúca pracoviska

Príspevok sa zameriava na poskytovanie sociálnej a zdravotnej starostlivosti zomierajúcim pacientom, vnímajúc túto problematiku z pohľadu sociálnych, duchovných a zdravotných pracovníkov. V procese rozhodovania zúčastnený nie je len samotný zomierajúci pacient, ale aj jeho rodina a celý sprevádzajúci tím pracovníkov. Zdravotná a sociálno-duchovná starostlivosť v procese ústavnej zdravotnej starostlivosti o maloleté deti by mala byť kontinuálne zabezpečená a prítomná v procese liečby alebo zmierňovania bolesti nielen u detských pacientov, ale rovnakou mierou i u blízkych príbuzných, ktorí

sa ocitnú v životnej krízovej situácii, na ktorú neboli pripravení. Duchovný rozmer zdravotnej starostlivosti je rovnako dôležitý a významný ako komplex odborných zdravotných intervencií. Multidisciplinárny tím má byť k dispozícii počas celej doby procesu diagnostikovania, liečby a sprevádzania pacienta i jeho príbuzných vo všetkých etapách zdravotných, sociálnych a duchovných intervencií.

Kľúčové slová: umieranie a smrť, multidisciplinárny tím, zdravotný pracovník, sociálny pracovník, sociálno-zdravotná starostlivosť, komunikácia

POROVNANIE ZDRAVOTNÉHO UVEDOMENIA OBYVATEĽSTVA OHĽADNE CHRONICKÝCH CHORÔB PEČENE – ZÁPAD VERZUS VÝCHOD SLOVENSKA

Mgr. Ivana Balážová, PhD.^{1,2}, doc. MUDr. Mária Belovičová, PhD. mim. prof.^{3,4}, doc. RNDr. Pavel Matula, CSc.⁵

¹RÚVZ Bardejov

²VŠZ a SP sv. Alžbety Bratislava – študent doktorandského štúdia

³VŠZ a SP sv. Alžbety Bratislava, pracovisko Michalovce – pedagóg

⁴Interná ambulancia so zameraním na diagnostiku a liečbu chorôb pečene, Remedium s.r.o.

⁵Klinika rádioterapie a onkológie, Východoslovenský onkologický ústav, Košice

Úvod: Pečeň môže postihovať mnoho chorôb. Niektoré prebiehajú bez príznakov alebo príznaky môžu byť veľmi nevýrazné. Inokedy sa choroba prejaví náhle z plného zdravia. V praxi sa

stretávame pokročilými formami chorôb pečene a s nedostatočnými vedomosťami pacientov ohľadne chronických chorôb pečene. Cieľ štúdie: Získať informácie o zdravotnom